

תרחישי הלב – המשמעות והערך של הופעה לפני קהל ב"קהילה בתנועה"

יעל ברקאי

החווייה שלי כמתנדבת ב"קהילה בתנועה"

קשר ארוך שנים מחבר אותי ל"קהילה בתנועה". למתמודדים עם מחלת הפרקינסון ישנם קשיים מורכבים בתנועה, בשיווי משקל, בקורדינציה, ביציבה ובהתארגנות במרחב, נוקשות, קיפאון, רעד ותנועות בלי שליטה וכאבים עזים במקומות שונים בגוף. חוויית הגוף דורשת כוחות נפש כדי להמשיך ולמצוא את התחושה הנעימה בעזרת המוזיקה, התנועה והקשר ביניהן.

במהלך השנים שמרתי על קשר עם הקהילה, גם כשלא לקחתי חלק פעיל במפגשים. הגישה של המורים בפרויקט קרובה מאוד לגישה שלי כמורה למחול וכמטפלת בתנועה – גישה של יצירת אווירת בטחון, עידוד ליצירה, להבעה ולאלתור. כמו גם עבודה על עצמנו ועל תקשורת עם האחר דרך תנועה. ראיתי שאני יכולה לבוא עם האנרגיה החיובית שלי לחברים בקהילה, לעודד, ולעזור.

לאחר אירועי השבעה באוקטובר הצטרפתי לשיעורים בזום. כשהקהילה חזרה לעבוד בסטודיו היה עליי לבחור – האם להמשיך בקשר הזה. ההערכה הגדולה לעבודה במחול עם אנשים שיש להם מוגבלות בתנועה, יחד עם הקושי האישי שלי בתנועה, שמתבטא בצליעה וקושי בהליכה, עזרו לי להתגבר על קשיים טכניים ולהצטרף לשיעורים בסטודיו. אני מקבלת השראה מהמתמודדים ואני מרגישה שהתרומה הדדית.

צריך לזכור שכל האירוע הזה התרחש בימים הקשים שלאחר השבעה באוקטובר. מסביב כל כך הרכה עצב, כעס ודאגה, ולכולנו היה צורך להתכנס לעשייה משותפת שתיטיב עימנו. באותן שעות שהיינו בשיעורים יכולנו להתרחק מהחווייה הקשה

בשנת 2015 יסמין גודר יצרה קשר עם תיאטרון פרייבורג בגרמניה, בפרויקט של רקדנים וכוריאוגרפים מקצועיים. הם נפגשו עם מדענים ורופאים, וביחד עם אנשים המתמודדים עם פרקינסון מישראל וגרמניה החלו לחקור יכולות תנועה והפרעות בתנועה. לאחר שנת מחקר התפתחה "קהילה בתנועה" – פרויקט ביוזמת ובהנהלת להקת יסמין גודר, בתמיכת משרד התרבות. מטרתו לאפשר למתמודדים במחלת פרקינסון הזדמנות להיפגש, להתנסות, ליצור וליהנות מחוויית העולם של המחול העכשווי המתפתח בארץ.

במהלך חודשי פברואר-מרץ 2024, עלה המופע *'תרחישי הלב'* במרכז מנדל לשלוש הופעות, אשר הורכבו משתי עבודות: *פעם* מאת ג'ני בירגר, ו*תרחישי הלב* מאת סיגל ברגמן. השתתפו במופע: אבי אלחדף, אבי שמאי, אסתי לוי, אתל גוטמן, גרשון מוגלינר, גלי קינקולקין, דיטה דר, דניאל שיטריט, הלל אביצור, זהר עופר, חיה שלום, טל נווה, יעל איטקין, יעל ברקאי, יעל חזקיה, לילך לוי, מזל יהב, מיכל ריינר, מירה שגיב, עמרי דמירל, רבקה ברשק, רבקה מימון, רותי רבניצקי, רינה פינצ'ובר, רפי אלדור ושרון קרבל.

במהלך העבודה על הפרויקט, החלטתי לחקור את נושא משמעות ההופעה, "לקהילה בתנועה". ראייתי את המורות הכוראוגרפיות של המופע, כמה מהמתמודדים במחלת הפרקינסון וכמה מתנדבים. את רוב המרואיינים ראייתי פנים אל פנים ואת החלק הקטן בטלפון. מחלק מהמרואיינים ביקשתי, אחרי הריאיון, לשכתב את הריאיון ומכולם ביקשתי וקבלתי אישור לפרסום. שתי מרואיינות נתנו לי רשות לצטט אותן ללא אזכור שמן.



עבודתה של ג'ני בירגר עם חולי פרקינסון. צילום: תמר לם

Jenny Birger's work with Parkinson's patients, photo: Tamar Lam

הם מגלים שהם מסוגלים ליותר ממה שחשבו. המשתתפים גאים להראות את כישרונותיהם והשיפור ביכולות הגופניות שלהם בפני בני המשפחה והחברים. הנכדים רואים בהופעה את הסבא או הסבתא על במה מקצועית, והמופיעים מרגישים שגם הנכדים גאים בהם ומעריכים את המאמצים והתוצאות של התהליך. זהו תהליך המקרב בין הדורות.

אשל עכו מספרת כי הפרויקט מוגבל ל-15 משתתפים בלבד כיוון וחשוב לנו שכל משתתף יקבל את מירב תשומת הלב. אנחנו מעניקים למתמודדים עם מחלת הפרקינסון חום ואהבה, וכמובן במה לביטוי עצמי הכלה וביטחון. על פי אשל עכו היינו רוצים שמסגרת הפרויקט, המשתתפים יפגשו עם תלמידי בתי הספר מתוך מחשבה שהפגישה עם מתמודדים תלמד את הילדים לראות את האחר בצורה שונה ממה שהיו רגילים לה.

במה מאפשרת להרגיש

תהליך היצירה של המופע *תרחישי הלב* התחיל שבועות ספורים לפני השבעה באוקטובר ונמשך עד תחילת מרץ 2024. לדברי סיגל ברגמן, כוריאוגרפית, מורה למחול ולטכניקת אלכסנדר, "אלו היו זמנים ששאבו לייאוש, ודווקא המחויבות להוביל קבוצה בתהליך יצירתי נתנה לי אישית עוגן שבועי של שותפות דרך חיבור לקהילה, לגוף ולדמיון.

ולשהות לגמרי בעולם אחר. בשבילי זו הייתה מתנה גדולה. על אף שלא רציתי להשתתף בהופעה, העניין שלי בקהילה גרם לי לחזור ולהתחייב להופעות, שהן חלק מהתפיסה של "קהילה בתנועה". מצאתי את עצמי משתתפת פעמיים בשבוע בשיעורים, שמתוכם יפותחו שני קטעי מחול למופע. ככל שהתקרבו למועד ההופעות, עלו חששות כמו מה יקרה אם לא נזכור את התנועות או שנתבלבל. המורות הרגיעו אותנו, "יהיה בסדר, גם אנחנו נרקוד איתכם בהופעה, אפילו נוכל להנחות בשידור חי".

חיפשתי תשובה לחידה האמיתית שעניינה אותי, מהי החשיבות בהופעה על במה, ומה ההופעה עצמה נותנת למשתתפים בה?

המשמעות והערך ביצירת מחול למופע עם המתמודדים במחלת הפרקינסון

על פי זהר אשל עכו, מנהלת להקת 'יסמין גודר', המשתתפים מגיעים ממגוון סיבות, ביניהן זו הזדמנות להכיר מתמודדים אחרים ומתנדבים. לדבריהם, לא מתייחסים אליהם כאל חולים, אלא כמתמודדים עם מחלת הפרקינסון, ורבים מהם שמחים להופיע בפני קהל על במה עם תאורה ותפאורה מקצועיות, כשהם מרגישים כרקדנים ושחקנים לכל דבר, ובמהלך העבודה

תהליך בניית העבודה היה דומה לתהליכי יצירה אחרים שלי. הוא התחיל בתחושה אמורפית לגבי רגש וסוג של שותפות שהייתי מעוניינת ליצור, ותוך כדי מצאתי את המבנה שאיפשר את זה. התהליך חייב את המשתתפים להיות חשופים יותר והפגיש את כולנו עם יצירתיות ואנושיות אחד של השני ברמה מעט עמוקה יותר מאשר בשיעורים הרגילים.

ברגמן משתפת כי "לאחר השבעה באוקטובר נתקלתי במדיטציית הלב של אושו – רצף פשוט וחזרתי של צעדים ומחוות ידיים, ששרטטו מסלולים מהלב לכיוונים שונים. הפעולה הפשוטה הזו הפכה למרכז העבודה, והרגישה רלוונטית מתמיד". היא העלתה לראש תהיות כמו "מה אנחנו רוצים לקרב לליבנו ומה רוצים להרחיק ממנו? איך מביעים את זה בתנועה? גיליתי שהחזרה על מבנה ברור וארכיטיפי עוררה עניין ואפשרות לבנות שכבות ידע, והמשתתפים חוו את היכולת ליצור מורכבות תנועתית, תוך הסתמכות על זיכרון גופני לא מודע. הרבה פעמים משתתפים אמרו שהם לא זוכרים דבר, אבל כאשר נוגנה המוזיקה, הגוף זכר". כדי להסיר לגמרי את החשש לשכוח את הרצף התנועתי, החלטתי מראש לרקוד בעבודה וליצור סימנים מוסכמים לשינויים בין הפרקים.

לדבריה, כשמופיעים נוצר קסם שלא מתקיים ללא הקהל. המשתתפים עשו בהופעות דברים שנראו להם בלתי אפשריים לפני ההופעה. לדוגמה, במהלך ההופעה אחד המשתתפים, שלרוב רוקד בישיבה, קם ורקד על הרגליים עד סופה. ברגמן מדגישה כי "במה מאפשרת למופיעים להרגיש מיוחדים. החוויה יצרה תחושה של הישג משותף וקירבה בין כולנו. למרות שאני עובדת הרבה שנים עם קהילת הפרקינסון, לאחר תהליך היצירה המשותף אני מרגישה שאני מכירה אותם יותר טוב והם אותי".

"היו לי ימים קשים, אבל המפגש עם הקהילה הבהיר שיש משמעות למעשים שלי"

ג'ני בירגר, כוריאוגרפית רקדנית ומורה ליוגה ותנועה, יצרה ריקוד למופע שנקרא *פעם*. היא מספרת כיבשיעורים שהיא העבירה למשתתפים הנושא המרכזי היה מחול ומוזיקה במערב אפריקה, והשיעורים התבססו על תיפוף אפריקני. "רצינו 'אנרגיה מרימה'. לאחר השבעה באוקטובר השתנו רגשותינו, אולם אני התעקשתי להמשיך. התהליך הפך לטקס מחייה. קיום המופע בעתיד־הלא־נודע־אך־הוודאי אסף את האנרגיות של כולנו, וליבה את האש הנפשית.

היה לי חשוב להשתמש במה שמגיע מהמשתתפים, אסתי הציעה להכין אביזר וכך נוצר דימוי האש. מיכל הציעה להביא תכשיטים, וכך כולנו הרגשנו את הטקסיות של הערב הזה. דיתה הביאה מיוזמתה אגדה אפריקנית שתרגמה בעבר, וכך נוצר הרעיון לשלב סיפור בתוך המבנה של המופע. המתנדבות עזרו לעגן את המבנה, הסדר והצורה המרחבית של הדברים שהם יסודות חשובים, שאיפשרו גם את האלתור. בהצגה המרחב הופך למוגדר – אלמנט חדש עבור כולם. אנו לא רגילים לחשוב שהמיקום של המשתתף יוצר משמעות.

בירגר משתפת כי היא מאמינה שרוקדים בשביל לחיות, "אבל בימים מסוימים קשה לי יותר לדבוק באמונה הזו, כשקולות פנימיים שואלים: 'מה באמת, לרקוד? מה כבר את עושה, מה כבר הערך והתרומה שלך בעולם? יש רופאים, יש לוחמות, יש א.נשים שמצילים א.נשים...' המפגש עם קהילת הפרקינסון הבהיר לי מחדש שיש משמעות למעשים שלי".

יצירת מחול עם אפשרות להופיע עבור א.נשים עם פרקינסון זו ההזדמנות שלהם להיחשף, גם כאשר הם אינם יודעים באיזה מצב פיזי או רגשי יהיו, אם היד תרעד, האם יצליחו ללכת. המופע מעניק במה לחוזקות ולחולשות האנושיות שלהם, כמו של כולנו. המופע נותן במה לתחושת הפחד, ההתרגשות, לחוסר הביטחון. המופע לא נשען על היכולת של אדם מסוים לעשות פעולה מסוימת, אלא נותן לו את ההזדמנות להיות נוכח ברגע. זוהי אלטרנטיבה אמיצה למופעי מחול "סטנדרטיים" שנשענים על היכולות הפיזיות, וורבליות ורגשיות של המשתתפים.

"פעם הייתי מדען, היום אני רקדן"

טל נוה, אומנית פרפורמנס, מורה ומנהלת הפרויקט, משתפת אותי שהפרויקט כולו הוא "צלילה לתהליך משותף. ישנה אחריות קבוצתית ואלמנט של חשיפה. בהכנות למופע מתרגלים ולומדים עבודת אנסמבל. זה כמו לפתח טכניקה או שריר נוסף. ככל שמתרגלים זאת יותר, כך זה נהיה יותר קל ומהנה. אנחנו יוצרים מקום בו לא שופטים את היכולות של האדם, אלא מפגישים בין גופים ויכולות שונות יחד.

תרגול המופע על כמות מקצועיות מביא איתו חגיגות וריגוש, כאשר אנחנו מזמינים חברים ואורחים, והופכים לרגע להיות חלק מהקהילה המופלאה הזו. המשתתפים לעיתים זוכים לשנות את התדמית, הדעות והתפיסה של אחרים עליהם, ושהלם על עצמם. השיעורים והמופע עוזרים להעז לעשות משהו שלא עושים בדרך כלל.

אחד המשתתפים בפרויקט, אבי שמאי, סיפר לאחר המופע: "פעם הייתי מדען ועכשיו אני רקדן". משהו חדש הגיע לחייו ואיפשר לו לחלום רחוק בכל גיל ומצב.

"החברים מוצאים מחדש את הכוח לבנות ולהתבונן"

ענת בר, חברת צוות היגוי ורכוז התנדבות ב"קהילה בתנועה", מטפלת בתנועה ופסיכותרפיסטית, מספרת שב־2019 עלה לראשונה הרעיון לקדם תהליך של עבודת מחול והופעה במסגרת הפרויקט של הקהילה. לדבריה, "המחשבה הגיעה מתוך תחושת המחויבות וההנאה לשיעורים שראינו אצל המשתתפים. כמו גם, הרצון לאפשר עבודה רציפה ומשמעותית מול מטרה אישית וקבוצתית מאתגרת ומעצימה.

מאז המופע הראשון 'אם יוצאים מגיעים', אנו ממשיכות להקדיש חלק נכבד מהשיעורים ביצירת עבודת מחול. הקבוצה שלנו ב"קהילה בתנועה" עוברת תהליך ונעשית לסביבה טובה עבור חבריה, שעוברים בעצמם תהליך כפרטים, ומגלים לא רק את השפעת האחרים עליהם, אלא גם את השפעתם שלהם על החברים. הם מוצאים מחדש את הכוח לבנות ולהתבונן, את היכולת לשחק ולהשתנות, לגלות את התקווה.

עינב רוזוליו, אחת מהמורים שבפרויקט, משתפת שהיא לא מרגישה רצון "לשכנע" את המשתתפים בחשיבות המופע כחלק מהפרויקט. להיפך, שמירה על מארג פתוח ומאפשר לכל המשתתפים, גם אלה שלא מעוניינים להופיע, חשובה בעיניה, בדומה לתהליך היצירה וההשתתפות במופע. זה תהליך שבאמצעותו מתפתחת הקבוצה במהלך השנים, הן בנתיב הבינאישי־קהילתי והן כאמנותי־פרפורמטיבי. לראות את המשתתפים מתגאים ביכולותיהם ובתוצר שהגיעו אליו, ומזמינים בני משפחה וחברים זה אושר עצום בהתחשב במגבלות התנועתיות.

גיר וידן – מורה למחול רקדן

גיר וידן, רקדן ומורה למחול בפרויקט, נזכר איך "גיא הגלר, שבזמנו ריכז הפרויקט, הדריך אותי להשתתף בשיעורים ולא לגונן על המתמודדים, לא לשנות את התנועה שלי בשביל הפרטנרים, אלא לשים לב ליציבה ולהתייחס לחברי הקבוצה באופן שוויוני. לא לחפש את המגבלות, והתוויות שיש למחלה, אלא להתייחס אל כולם, רקדנים ומתמודדים, כגופים מעניינים, ולהתמקד בחלק היצירתי. בהמשך, ההכרות האישית עם כל אחד מהמשתתפים חשפה חלק מעולמו, וההתמודדות עם הפרקינסון הפכה למשנית.

"עניינה אותי הגישה של יסמין ביחס לגוף הרוקד", סיפר וידן, "לא צריך גוף וירטואוזי, יש עניין בתנועה האנושית ובמפגש באופן בלתי תלוי. גם אני כרקדן התחברתי לגישה הזאת כי לא למדתי ריקוד מקצועי בגיל צעיר והתמודדתי עם מגבלות גופניות". לדבריו, "עניינו אותי נקודות הפתיחה השונות של חברי הקהילה בתנועה וגם של המתנדכים".

הריקוד מאפשר לי להתמסר ולהיות פחות דרוכה

"יש בגוף התדרדרות בכל הפרמטרים", משתפת אותי צ. יועצת חינוכית לשעבר וכותבת שירים, שממתמודדת עם מחלת הפרקיסון, "כשאני יושבת יש לי טיקים, יש בגוף נוקשות, אי שקט כל הזמן. אני אף פעם לא מרגישה ממש טוב. מרגישה את הגוף יותר בעשייה. אני לא מצליחה לרקוד מבפנים אבל אני יכולה לתת הוראה להרפות לאזורים שונים בגוף שלי וזה עוזר.

כשאני בעשייה – אני מרגישה פחות את הגוף. בריקוד שחוזר על עצמו אני מרגישה פחות מאותגרת ודרוכה, ויכולה להתמסר ולעשות מה שנעים. בתנועה יש חלקים שמשתחררים, כי כל הזמן רוקדים. לפעמים אני מרגישה כמו עלה נידף ברוח, אם רק יגעו בי אני אפול. למחלה יש קצב משלה היא עצמאית ולא מושפעת מכלום. בשיעורים בהנחיית סיגל ברגמן הייתה בו מדיטציה – ריקוד שיש בו חזרתיות, מה שנתן לי יותר ביטחון, שליטה. בנוסף, נהניתי לראות את הרקדנים בריקודים האחרים עונדים את התכשיטים שעשיתי במשך השנים.

ר', מתמודדת נוספת, שעיצבה בעבר מטבחים וניהלה עסק עצמאי, סיפרה שהיא "מאד אוהבת לאלתר בריקוד, כשיש מוזיקה אני רוצה לרקוד. בדרך כלל הגוף כואב, אבל זה כאב אחר, כמו דקירות, כאילו מכניסים סיכה ומסובבים אותה. אמנם בתחילה, חשבתי שהעבודות שלנו לא כל כך טובות ולא מתאימות להופעה. אבל אחרי שהופענו, אני מעריכה את העבודה שעשינו ומנסה לשמור על אורח חיים בריא".

יעל איטקין, מורה לאמנות בעבר, ורפלקסולוגית, מעידה ש"מקבלים אותי כמו שאני. השיעורים נותנים מקום לפרק את הנוקשות שיש בגוף, למוסס אותה וזה נותן לי יותר מאשר בשיעורי התעמלות. כאן אני מסוגלת לרקוד, פשוטו כמשמעו, דבר שאיני מסוגלת במסגרות אחרות. היא מספרת שחשוב לה להשתחרר בשיעורים ולווז בתנועה חופשית, לעבוד על צד ימין ושמאל, לתכנן את העבודה. אבל הכי חשוב זו ההרפיה, והיא עובדת ונותנת דגשים על האיזורים בגוף שיותר קשים להאם שיעור לא מתחיל בהרפיה או קשה לי. אני צריכה שקודם הגוף

^[1] מחול עכשיו | גיליון מס' 46 | אוגוסט 2024 | 35



עבודתה של ג'ני בירגר עם חולי פרקינסון. צילום: תמר לם

ירפה עצמו. יש לי קושי ברגלים, בכתפיים, הגב יותר כפוף. יש לי קושי באגן, ואני עובדת על האזורים האלה.

איטקין נזכרת ש"ההופעה עניינה אותי פחות. אבל בשיעורי ההכנה הייתה אוירה ואנרגיה מאוד מיוחדת. לקראת ההופעה חשוב לזכור את סדר הדברים, וכך מתרגלים גם את הזיכרון". לדבריה, "הפעם הייתה לי חוויה גדולה יותר, לראות את ההופעה מהצד של הצופים ולא כמשתתפת. כשצופים כקהל רואים את הדברים אחרת. כשאני רוקדת אין לי את התמונה כולה. בצפייה ראיתי שתנועות פשוטות יצרו קומפוזיציה, יחסים ביניהן, מה שלא ראיתי כשעבדנו".

"מאז שהגעתי ל"קהילה בתנועה – משהו בי נפתח"

"הידיים שלי היו הדבר החשוב ביותר במקצועי, מספרת אסתי לוי, מורה לאומנות לשעבר, יוצרת אמנות פלסטית חזותית, הציגה תערוכות ועשתה תפאורות להצגות, שמתמודדת עם המחלה, "אני רוצה להעביר את הידע שיש לי לאחרים והמוגבלות שלי גורמת לי לעצב גדול. מאז שהגעתי לקהילה, לפני שמונה שנים, משהו בי נפתח – אני מכירה את עצמי יותר, הגוף יותר חופשי ואני מרגישה יותר שזאת אני. חשוב לי להשתתף בפרויקט שמסתיים במופע.

"בתהליך נוצר מרחב שמאפשר ביטוי חופשי"

"מדי שבוע אני רוכבת על האופניים לסטודיו ביפו, להיפגש ולרקוד עם חבורה מקסימה של אנשים ונשים", מספרת לי דיתה דר, גיאולוגית, מוזיקאית, מתנדבת בפרויקט, "כשהמוזיקה מופעלת והמדריכה קוראת להתכנס – האנרגיה מתחילה לזרום בגוף והתנועה יוצאת. ככל שזמן המופע מתקרב, מתגבשים התוכנית, הכוריאוגרפיה והאבזורים וכל זה בשיתוף פעולה והתייעצות בין ג'ני (בירגר) "לבין המשתתפים. עכשיו הם כבר לא רק רקדנים, אלא גם יוצרים־שותפים".

מתנדבת נוספת בפרויקט, רותי רבניצקי, אחות מוסמכת, בעלת הכשרה של מטפלת בתנועה מספרת שהם עושים תהליך עבודה ארוך ומאתגר עד שמבשילה ההופעה עצמה, שהיא "הפיסגה". לדבריה, *בתחילת התהליך היה לי קשה שהדברים לא מאורגנים עד הסוף, וישנם חלקים ספונטניים, אבל עם הזמן התרגלתי לדרך החדשה עבורי. בתהליך נוצר מרחב שמאפשר ביטוי חופשי, בעידוד והנחיה של המורות הנהדרות, שמבוסס על אמון והיכרות בין החברים, והם מצידם מרגישים חופשיים להתבטא על הבמה בתנועה ובקול, כל אחד ואחת עם המגבלות הייחודיות לו. המבט של הקהל שצופה ונהנה מההופעה מחזק את הביטחון העצמי שלנו.*

מספר עמרי דמירל, שחקן ומתנדב בפרויקט.
הרבה זמן רציתי להתנדב, אני אוהב לעבוד עם אנשים מבוגרים ועניין אותי משהו ברעד של מתמודדי הפרקינסון, באנרגיה שלהם. היה לי נעים להופיע, מצחיק, מבדר מאד, חיובי. הייתי רגוע מאד במופע. אני אוהב לעשות אימפרוביזציה, וכשהייתי על יד משתתף שקם שלא כמצופה בזמן ההופעה, זה היה מיוחד, מפתיע ורומם אותי, דרש ממני לאלתר על המקום וזה שימח אותי.

מחשבות לסיום

חברי הקבוצה, המתמודדים והמתנדכים שראיינתי דיברו על המופע כחוויה שחיוקה את הקירבה ביניהם והביטחון העצמי שלהם. ראיתי שהמוטיבציה להגיע בקביעות ובהתמדה למפגשים גדלה. האנרגיה ומצב הרוח השתפרו. המתמודדים דיברו בראיונות על הנוחות הנובעת מכך שאינם צריכים להסתיר את מופעי הגוף המיוחדים להם. הם ראו במופע הזדמנות להיראות כמו שהם, ולהיות שותפים לתהליך אמנותי.

מתמודדים אחדים דיברו על כך שלקראת המופע, היה משהו מעורר ומדרבן בשיעורים. הקשיים בגוף ובתנועה גדולים, אבל במפגשים הם חשים הקלה, כשהדגש הוא על חווית ה"יחד",

עם תמיכה, אחווה ושמחת התנועה. יש חשיבות רבה לגיראות, שהמשפחה והחברים רואים אותם עולים לבמה, לוקחים חלק ושותפים בחוויה אומנותית. המופע עוזר למשפחות להבין מה מתרחש בתוך המפגשים הדו־שבועיים.

ברמה האישית, המפגשים האישיים שלי עם המורות, הכוראוגראפיות, המרכזות, עם מתמודדי מחלת הפרקינסון והמתנדבים, העמיקו את הקשר האישי שלי איתם ואת הבנת המשמעות והשמחה של המפגשים והמופע. אני מודה לכולכם, אלה שרקדתי איתם, אלה שראיינתי ואלה ששוחחו עימי – כולכם העשרתם אותי ולמדתי מכולכם הרבה מאד.

קריאה נוספת

יסמין גודר, "שיעורי מחול עבור אנשים החיים עם פרקינסון – מעורבות." אתר יסמין גודר. 16.1.2019

https://www.yasmeengodder.com

סיגל ברגמן ושירי סבח טייכר, "קהילה בתנועה – מחשבות בעקבות שלוש שנות פעילות של שיעורי מחול עכשווי לאנשים החיים עם מחלת פרקינסון בסטודיו של יסמין גודר." מחול עכשיו, מס' 34, אוגוסט 2018.

https://www.israeldance-diaries.co.il

שולי אנוש, "פרויקט הפרעה / שהוביל לרגש משותף של יסמין גודר – מחקר ותהליכי יצירה." מחול עכשיו מס' 31, פברואר 2017. https://www.israeldance-diaries.co.il
Anat Bar, Johanna Czamanski-Cohen, Judith Dita Federman. "I Feel Like I Flying and Full of Life: Contemporary Dance for Parkinson’s Patients." *Frontiers*, Volume 12 – 2021, 5 July 2021. www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2021.623721/full

יעל ברקאי, מטפלת בתנועה ומחול, ממייסדי האיגוד הישראלי לטיפול באמצעות האומנויות ויושבת ראש. תואר שני מאוניברסיטת Wisconsin US, Madison (1968), השתלמה אצל Marian Chace Saint Elizabth’s Hospital. למדה טיפול בתנועה באוניברסיטת Hahnemann Medical College (1978-1979) Hospital of Philadelphia. מקימת מגמות למחול לחינוך גופני בגיל הרך ולחינוך גופני בחינוך המיוחד (1978-1969), מיסדת ומרכזת הקורס להכשרת מטפלים בתנועה במכללת סמינר הקיבוצים (1993-2012). היום מנחה קבוצות מאימפרוביזציה לתנועה אותנטית ומטפלת ביחידים ובזוגות.

הערה: המאמר כתוב בגוף רבים אבל מיועד לשני המינים.

^[1] מחול עכשיו | גיליון מס' 46 | אוגוסט 2024 | 37